مختلف قہو ہ جات اور ان کے مختصر طبی فوائد

آج سے چند سال پہلے کوئی بیمار ہوتا تھا تو اسے چائے یا چائے کے ساتھ دوائی کھانے کو کہا جاتا تھا ۔ آہستہ آہستہ چائے کا رواج پڑتے پڑتے اس قدر زیادہ ہوگیا کہ ہر کوئی چائے پینے کا شوقین بلکہ کچھ لوگ تو اس کے عادی اور نشئی بن گئے ہیں ۔ چائے ہے کیا ؟ دودھ چائے کی پتی اور چینی کا آمیزہ ۔ چائے کی پتی میں تھی ان ڈین سٹرین ، ٹینک ایسڈ ، کلوروفائل ، البوین ، ایتھریل آئل ، اپوتھیما ، موم اور کچھ منمد قسم کے مادے پائے جاتے ہیں ۔ تھی ان ، کیفین سے ملتی جلتی ہے یا اسی کو کیفین کہہ لیں جو چائے میں آٹھ سے دس فیصد زائد ہوتی ہے ۔ چائے نیند اڑاتی ہے ، خشکی پید اکرتی ہے ، ذہنی قوتیں تیز کرتی ہے ۔ دل کے فعل کو تیز کرتی ہے ، نفسیاتی طورپر سکون مہیا کرتی ہے بعض لوگوں میں چائے پینے کے بعد چستی آجاتی ہے اور وہ اپنا کام زیادہ توجہ محنت اور لگن سے کرتے ہیں ۔ مگرآج کل جو چائے ہم پی رہے ہیں وہ چائے نہیں ہوتی کیونکہ اس میں دودھ کی بجائے پانی جیسی کوئی پتلی

چیز ہوتی ہے جسمیں بے شمار ملاوٹیں اور مضرصحت اشیاء شامل کی جاتی ہیں ۔

غذائی ماہرین کے مطابق اس کم و بیش چھ مضر صحت چیزوں کی ملاوٹ کی جاتی ہے چائے کی پتی میں رنگ پیدا کرنے کے لئے حیاونی خون شامل کیا جاتا ہے اور سفید چینی تو سفید زہر ہے ۔ حکماء تجویز کرتے ہیں کہ ہمیں چائے چھوڑ کر قہوں کے استعمال کو بڑھاناچاہیے بعض حکماء دوائی کے ساتھ مختلف قہوہ بھی تجویز کرتے ہیں قہوں کے بے شمار طبی فوائد ہیں جو درج ذیل ہیں ۔

مختلف قہو ہ جات اور ان کے مختصر طبی فوائد :

درج ذیل مختلف خوش ذائقہ قهوں میں حسب ضرورت ،
حسب خواہش نمک ،چینی یا شہد ملا کر استعما ل کریں ۔

قهوه : لونگ ، دارچینی

اینٹی سپٹک ، ہیضہ ،بلغم سے آرام ، سردی میں حرارت ، جگر
کو طاقت ، بھوک لگائے ، کھایاپیا ہضم کرے ، ریاح خارج ،
پتھری ، فالتوچربی کا علاج

قهوه ادرک :

بھوک لگائے ، ریاح ، پتھری خارج ، مقوی بصارت ، چہرے کی
رنگت میں نکھار ،

قهو ہ تیز پات :

کاسر ریاح ، مقوی معدہ ، مقوی قلب ، سردرد میں نہایت مفید

قهو ہ ا جوائن دیسی :

کاسر ریاح ، بخارمیں مفید ، گرمی کے موسمی امراض سے بچاؤ

قهوہ گل بنفشہ :

کھانسی نزلہ زکام میں مفید ، سانس کی نالیوں کو کھولتا ، حلق کی خراش دور کرتا ہے ۔

قہوہ گورکھ پان :

بلڈ پریشر میں کمی ، مصفی خن ، خارش دور ، کولیسٹرول کم کرتا ہے ۔

قہوہ ادرک ، شہد :

شہد میں شفاء ، سردی کے موسمی اثرات سے بچاؤ ، نزلہ زکا کھانسی بند ناک میں مفید ہے ۔

قہوہ انجبار :

اسہال بند ، آنتوں میں قوت ، جاری خون بند ، ٹانگوں میں درد کڑل دور۔

قہوہ ڈاڑھی بوڑھ:

فالج لقوہ میں مفید ، عورت مر د کی تولیدی بیماریوں میں مفید طاقت بخش دوا ۔

قہو ہ گل سرخ :

گاڑھی بلغم ، رقیق ، قبض دور ، سردیوں میں حفظ ماتقدم ، طبیعت کو نرم لطیف کرے ۔

قہو ہ کالی پتی :

نقاہت دور کرتا ہے ، پسینہ لاتا ہے ، خون کی گردش تیز ، سردی کے موسم میں سردی سے دفاع ۔

قہوہ لیمن گراس :

بلغم ، نزلہ ، سردی میں مفید، اسہال ، کڑول دور ، لوبلڈ پریشر میں مفید

قہوہ زیرہ سفید ، الائچی :

معدے کی جلن ، بواسیر میں مفید ، کھانا ہضم کرے ، بھوک صالح پید ا کرے ۔

قہوہ سونف :

کاسر ریاح ، خشک کھانسی ، معدے کی جلن میں مفید ، ہاضم بڑھائے ، بھوک لگائے ۔

قہوہ بادیان خطائی ، دارچینی

الائچی، :

قوت ہاضم بھوک بڑھائے ، چائے پینا بس ایک عادت ہے اس کو دور کرے بے شمار طبی فوائد :

قہو ہ بنفشہ ملیٹھی :

نزلہ زکام ، کھانسی ، بلغم سینے کی جلن ، حلق کی خراش ، قبض کو دور کرے ۔

قہوہ بہی دانہ ،بنفشہ :

گلے کے امراض ، نزلہ زکام ، دل کا درد ، گردوں کے درد ، پیشاب کی جلن ، قبض دور کرتا ہے ۔

قہوہ بھوسی گندم :

نزلہ زکام ، بند ناک ، گاڑھی بلغم کا علاج پیشاب میں جلن دور کرتا ہے ۔

قہوہ بنفشی:

دائمی ریشہ ، کیرا ، نزلہ زکام کھانسی کا مکمل علاج ، بے شمار دیگر فوائد کا حامل ہے اور ہر موسم میں کارگر ہے

0307-8162003